

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ประเภทสองตัวประกอบแบบวัดซ้ำหนึ่งตัวประกอบ (Two – factor experiment with repeated measures on one factor) โดยผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลต์ต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคลีเดียเสพติคในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง ในระยะหลังการทดลองกับระยะก่อนการทดลอง ระยะติดตามผลกับระยะก่อนการทดลอง และระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผล กลุ่มตัวอย่าง เป็นเยาวชนชายคลีเดียเสพติคในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง ที่มีอายุอยู่ในช่วง 14 – 18 ปี คัดเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนดมีจำนวน 65 คน แล้วให้ทำมาตรประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นไทย เลือกที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำกว่าคะแนนมาตรฐานที (T – score) ที่ 50.00 ลงไป มีจำนวน 37 คนและมีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้จำนวน 26 คน จากนั้นทำการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (simple random sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 คน และสุ่มแบบง่ายอีกครั้งแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ มาตรประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นไทย ของรองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร นัตรศุภกุลและศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และโปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลต์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยกลุ่มทดลองได้เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลต์จำนวน 10 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที และได้รับการประเมินผลความฉลาดทางอารมณ์ใน 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล จากนั้นผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ ประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated – measures analysis of variance : one between – subjects variable and one within – subject variable) และทดสอบความแตกต่างรายคู่แบบนิวแมน – คูลส์ (Newman – keuls Procedure) โดยมีสมมติฐานการวิจัยดังนี้

สมมติฐานการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม
3. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ในระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุม
4. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง
5. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง
6. ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

สรุปผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังต่อไปนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าเยาวชนคดียาเสพติดกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะติดตามผลสูงกว่าเยาวชนคดียาเสพติดกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

1. การทดสอบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองซึ่งส่งผลกระทบต่อความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้คือ ในระยะก่อนการทดลองของกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์และกลุ่มควบคุม มีค่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ไม่แตกต่างกัน แต่ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลได้ผลที่ต่างออกไป คือ กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น ดังตารางที่ 4 ขณะที่กลุ่มควบคุมมีความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ตามช่วงระยะเวลาของการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ โปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นได้มีการเลือกเทคนิคและวิธีการของเกสตัลท์ที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ได้แก่ การฝึกหลักที่หนึ่งและเดีวนี้ การใช้สรรพนามแทนตัวเองตรง ๆ การอยู่กับความรู้สึกนั้น การฝึกรับผิดชอบต่อตนเอง การแสดงพฤติกรรมตรงกันข้าม เกมเก้าอี้ว่างเปล่า เกมการล้อมบทบาท การจินตนาการ เกมการกล่าวโทษผู้อื่น และเกมหมุนรอบ ซึ่งมีความยืดหยุ่นในการนำมาใช้ให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาของสมาชิกแต่ละบุคคลในกลุ่ม จึงช่วยส่งผลให้เยาวชนคิดยาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น โดยผ่านกระบวนการเรียนรู้และฝึกการมีสติรับรู้ (awareness) ความรู้สึก ความคิดและความต้องการต่างๆ ของตนเอง สามารถสัมผัสได้ถึงสิ่งเร้าภายในตนเอง ตลอดจนรับรู้ถึงสภาพแวดล้อมและความสัมพันธ์ของตนเองกับสภาพแวดล้อมได้เหมาะสม ใช้การรับรู้ความรู้สึกนึกคิดและประสาทสัมผัส (senses) อยู่กับปัจจุบัน ไม่ปล่อยให้ตัวเองคิดตรึงอยู่กับอดีตหรือกังวลถึงอนาคตที่ยังมาไม่ถึง เป็นบุคคลที่มีความสุข ดังที่เพิร์ลส์ (Perls, 1969, p. 10) กล่าวว่า บุคคลที่สามารถขจัดความรู้สึกและเรื่องที่ค้างคาภายในจิตใจ (unfinished business) ให้หมดไปได้ ใช้พลังความสามารถที่มีอยู่กับปัจจุบัน รู้จักตนเองตามสภาพความเป็นจริง ไม่ปฏิเสธการรับรู้ถึงความรู้สึก ความคิดและความต้องการของตนเอง กล้ายอมรับตนเองตามความเป็นจริง เชื่อมมั่นในความสามารถของตนเอง ตัดสินใจได้ถูกต้องและรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ปรับตัวได้ดี สามารถจัดระบบตนเอง (self-regulation) ให้เกิดความสมดุลได้เมื่อมีความคับข้องใจ จะเป็นผู้ที่มีความสุขทางจิตที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับจอม ชุ่มช่วย (2540, หน้า 56) ที่กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นการพัฒนาความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเอง เพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นลักษณะหนึ่งของบุคคลที่สามารถตระหนักรู้ถึง

อารมณ์ความรู้สึก ความคิดของตนเองและผู้อื่น จนสามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถรอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้อย่างไม่ดับข้องใจ รู้จักจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดสร้างสรรค์ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตน ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (ทศพร ประเสริฐสุข, 2542, หน้า 21 – 22)

สรุปได้ว่า เป็นเพราะเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ได้รับการเรียนรู้และฝึกการมีสติให้รู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง และสามารถจัดการ – ควบคุม อารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ มองโลกในแง่ดีตามสภาพความเป็นจริงในปัจจุบัน และรู้จักสร้างแรงจูงใจให้ตนเองได้ ทำให้เยาวชน คดียาเสพติดกลุ่มนี้สามารถใช้อารมณ์ชี้นำพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมยิ่งขึ้น สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ดังนั้น วิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติด โดยในระยะก่อนการทดลองเยาวชนคดี ยาเสพติดทั้ง 2 กลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ไม่ต่างกัน แต่เมื่อได้เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัด แบบเกสตัลท์ มีผลให้เยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น ทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ส่วนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาด ทางอารมณ์ทั้ง 3 ระยะเวลาของการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีความสำคัญทางสถิติ

2. คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัด แบบเกสตัลท์ ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าเยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 3 และภาพที่ 3 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ทั้งนี้เนื่องจาก กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง แต่ในกลุ่ม เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ ในขั้นตอนของการทดลองผู้นำกลุ่ม จิตบำบัดทำหน้าที่เป็นทั้งผู้บำบัด (therapist), ผู้เอื้ออำนวย (facilitator) และผู้ให้คำปรึกษา (consultant) ที่ช่วยเหลือให้สมาชิกในกลุ่มได้เพิ่มการมีสติรับรู้ตนเอง (self-awareness) และ สมาชิกช่วยกระตุ้นเพื่อนสมาชิกด้วยกันให้เกิดการมีสติรับรู้ในสถานะปัจจุบันเพิ่มขึ้น รู้จักฟังตนเอง มีความรับผิดชอบ สามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเอง และสามารถมีส่วนช่วย กันแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ของเพื่อนสมาชิก ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น ยอมรับและไว้วางใจซึ่ง กันและกัน ดังที่ พาสสัน (Passons, 1975, p. 39) กล่าวว่า การเข้ากลุ่มแบบเกสตัลท์ทำให้ สมาชิกมีสติรับรู้เพิ่มขึ้นและช่วยเพื่อนสมาชิกให้มีสติรับรู้เพิ่มขึ้นด้วย และคอเรีย (Corey, 2000 b) ได้ให้ความคิดเห็นว่า ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มจะเป็นสิ่งกระตุ้นและท้าทายให้สมาชิกกลุ่ม

ได้แสดงออกถึงความรู้สึกได้ง่าย กล้าที่จะเปิดเผยกับคนวัยเดียวกัน พร้อมทั้งแบ่งปันความคิดเห็น ยอมรับความช่วยเหลือด้วยความจริงใจและเต็มใจ ผลที่เกิดขึ้นทำให้กลุ่มมีการพัฒนาได้เต็มขีดความสามารถและได้รับประโยชน์สูงสุด ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของสวัสด์ สมจิตร (2533, หน้า 58) ที่ได้ศึกษาผลของการเข้ากลุ่มแบบเกสตัลท์เพื่อพัฒนาภาวะทางอารมณ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคนิคสยาม พบว่า นักศึกษาชายมีภาวะทางอารมณ์สูงขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของฮันนิแกน (Hannigan, 1975, pp. 61 – 65) ที่ศึกษาพบว่า กลุ่มมาราธอนแบบเกสตัลท์ช่วยทำให้นักศึกษาบรรลุสัจจการแห่งตน (self – actualization) และสอดคล้องกับอินแกรม (Ingram, 1985, pp. 175 – 183) ที่ได้ศึกษาผลของการใช้กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ช่วยคู่สมรสที่ขาดความสุขในชีวิตครอบครัว ให้ช่วยกันแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น สามารถติดต่อสื่อสารระหว่างกัน ให้มีความพึงพอใจในการมีเพศสัมพันธ์ มีความไว้วางใจและให้เกียรติซึ่งกันและกัน ทั้งนี้เป็นเพราะกระบวนการของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มุ่งเน้นให้บุคคลมีสติรับรู้อารมณ์ความรู้สึกที่เป็นจริงของตนเอง รู้จักควบคุมและจัดการอารมณ์ มีความมั่นคงทางอารมณ์ สามารถตัดสินใจและแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น รวมถึงมีทักษะในการติดต่อสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุปได้ว่า กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ส่งผลในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มทดลองให้สูงขึ้นในระยะหลังการทดลอง ส่วนเยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มควบคุมมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่เปลี่ยนแปลงในระยะหลังการทดลอง

3. คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ ในระยะติดตามผลสูงกว่าเยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 3 และภาพที่ 4 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ทั้งนี้เนื่องจากในขั้นตอนของการทดลองนั้น เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ได้เกิดการเรียนรู้และนำไปใช้กับตนเองในชีวิตประจำวัน ทำให้มีสติรับรู้อารมณ์ความรู้สึกในสถานะปัจจุบันเพิ่มขึ้น สามารถที่จะควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเอง รู้จักการผ่อนคลายเมื่อเกิดความคับข้องใจและความวิตกกังวลได้ มีความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออกมากขึ้น มีทักษะในการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น รวมทั้งสามารถสร้างแรงจูงใจให้กับตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ซึ่งคุณลักษณะที่เกิดขึ้นเหล่านี้ส่งผลให้เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดระยอง ถึงแม้จะเว้นระยะไว้ 2 สัปดาห์และทำการประเมินซ้ำอีกครั้ง คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วม

กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ก็ไม่ลดลง สอดคล้องกับงานวิจัยของโซเลียร์ (Souliere, 1995, p. 263) ที่ศึกษาผลความแตกต่างระหว่างการใช้เทคนิคเก้าอี้ว่างเปล่าของเกสตัลท์ กับการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผลและอารมณ์กับปัญหาสิ่งค้างคาใจที่ทำให้เกิดความโกรธ ผลการทดลองพบว่า การให้การบำบัดแบบเกสตัลท์โดยใช้เทคนิคเก้าอี้ว่างเปล่า และการให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเหตุผลและอารมณ์ จะให้ผลการบำบัดแตกต่างในทันทีภายหลังการบำบัดจนถึง 1 สัปดาห์ต่อมา หลังจากนั้นทดสอบซ้ำ พบว่า การให้คำปรึกษาทั้งสองแบบให้ผลดีเท่ากัน แสดงว่าเทคนิควิธีการของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ช่วยให้เยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มทดลองนี้มีสติรับรู้อารมณ์ความรู้สึกตามความเป็นจริงของตนเอง รู้จักควบคุมและยับยั้งอารมณ์ของตนเอง มีความมั่นคงทางอารมณ์ ตัดสินใจได้อย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์ มีความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น และสามารถติดต่อสื่อสารและมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (สวัสดิ์ สมจิตร, 2533, หน้า 58) เยาวชนเกิดการเรียนรู้แล้วนำไปใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของตนเอง ดังคำกล่าวของประเวศ ดันติพิพัฒนสกุล (2544 อ้างถึงใน สินีนาฏ กำเนิดเพชร, 2544, หน้า 18) ที่ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้และพัฒนาให้สูงขึ้นได้ตลอดชีวิต ในทุกเพศ ทุกวัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อชีวิตของตนเอง ทั้งต่อการเรียน การทำงาน ครอบครัวและสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งความฉลาดทางอารมณ์จะเป็นสะพานเชื่อมโยงไปสู่ “ความดี” อันเป็นรากฐานของสังคมที่มีความสุขอย่างแท้จริงและยั่งยืนต่อไป

สรุปได้ว่า กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความคงเส้นคงวาในการส่งผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ถึงแม้ว่าจะทิ้งระยะเวลาห่าง 2 สัปดาห์ แต่คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมในระยะติดตามผลไม่ลดลงและใกล้เคียงกับระยะหลังการทดลอง ส่วนในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4. คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 10 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 4 ทั้งนี้เนื่องจากเทคนิคและวิธีการในโปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ช่วยให้เยาวชนคดียาเสพติดมีสติรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเองเพิ่มขึ้น ส่งผลให้รู้เท่าทันและเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง สามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถจัดสิ่งคับข้องใจ มีวิธีการผ่อนคลายอารมณ์ดังเครียดได้ด้วยตนเอง สามารถสร้างแรงจูงใจในการดำเนินชีวิตต่อไปได้ รวมทั้งมีทักษะในการสื่อสารและสร้าง

สัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของทศพร ประเสริฐสุข (2542, หน้า 18) ที่กล่าวสรุปไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถอีกส่วนหนึ่งของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง แล้วนำเอาพลังแห่งอารมณ์และความรู้สึกเหล่านั้นมาใช้ให้เป็นประโยชน์อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดการพัฒนาด้านต่าง ๆ รวมถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ซึ่งประกอบด้วย การตระหนักรู้ตนเองและอารมณ์ของตนเอง สามารถจัดการบริหารอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม สามารถพอใจและให้กำลังใจตนเองได้ รับรู้และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และมีทักษะทางสังคมในการพัฒนาสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น สอดคล้องกับงานวิจัยของกรณีการ์ กาญจนานุกูล (2540, หน้า 70) ที่ศึกษาเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเกสตัลท์กับการให้ข้อเสนอแนะต่อการปรับตัวทางอารมณ์ ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 โรงพยาบาลสราญิบดี ผลการทดลองพบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเกสตัลท์ และนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะการปรับตัวทางอารมณ์ดีขึ้น โดยนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้คำปรึกษารายบุคคลแบบเกสตัลท์มีการปรับตัวทางอารมณ์ดีขึ้นกว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของเมเยอร์ (Mayer, 1992, pp. 7 – 16) ที่ได้นำเกสตัลท์บำบัดมาช่วยเหลือผู้ป่วยด้วยโรคเบื่ออาหารที่มีสาเหตุมาจากอารมณ์ โดยให้ผู้ป่วยศึกษาระดับการตระหนักรู้ถึงอาการที่ทุกข์ทรมานจากโรคเบื่ออาหาร วิธีการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่นและขอบเขตส่วนบุคคลที่คนนั้นคงไว้ โดยการใช้เทคนิคเกสตัลท์ ศิลปบำบัด และการบำบัดโดยการเคลื่อนไหว เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยแสดงออกและได้ระบายความรู้สึกส่วนตัว ผลพบว่า เกสตัลท์บำบัดสามารถใช้รักษาผู้มีปัญหาทางด้านการปรับตัวทางอารมณ์ได้

สรุปได้ว่า กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์เป็นกระบวนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีลักษณะการสื่อสารสองทาง ผู้วิจัยเป็นเสมือนนักแสดงที่ต้องคอยปรับบทบาทให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ในแต่ละขั้นตอนของการให้คำปรึกษากลุ่ม และเป็นกระจกสะท้อนช่วยให้สมาชิกกลุ่มมองเห็นตนเอง มีสติรับรู้เพิ่มขึ้น สามารถรู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง สามารถควบคุมและแก้ไขปัญหาทางอารมณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักฟังตนเอง รับผิดชอบ พร้อมทั้งจะปรับปรุงแก้ไขพัฒนาดตนเอง เลือกดัดสันใจและรับผิดชอบในการตัดสินใจและการกระทำนั้น ๆ โดยไม่โทษผู้อื่น มีความเชื่อมั่น กล้าแสดงออก มีทักษะในการสื่อสารและและมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ดีขึ้น ภายใต้บรรยากาศในกลุ่มที่อบอุ่น ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ส่งผลให้คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง

5. คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ ในระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 10 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 5 ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์เป็นกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มที่เน้นสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิก และระหว่างสมาชิกกับสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งเทคนิคและวิธีการของเกสตัลท์จะช่วยให้เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์เกิดการเรียนรู้และปรับเปลี่ยนการรับรู้ใหม่ ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในตัวเองของเยาวชน โดยพวกเขามีอิสระที่จะระบายความไม่สบายใจ ความคับข้องใจต่าง ๆ ออกมา ทำให้เกิดความเข้าใจและยอมรับตนเองตามความเป็นจริงในปัจจุบัน มีการพัฒนา ปรับตัวและเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งไม่เฉพาะจะสามารถแก้ปัญหาทางอารมณ์ที่กำลังเผชิญอยู่เท่านั้น แต่จะช่วยให้มีทักษะในการแก้ปัญหาอื่น ๆ ได้ด้วยตนเอง (วัชร ทรัพย์มี, 2520, หน้า 75 – 76) ทำให้ยังส่งผลต่อเนื่องแม้เวลาผ่านไป 2 สัปดาห์หลังการทดลอง เมื่อให้เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ซ้ำอีกครั้ง ผลปรากฏว่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลอง แต่ไม่ต่างไปจากคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลอง

นั่นคือ กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ส่งผลต่อเนื่องและมีความคงทนต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มทดลองจนถึงระยะติดตามผล

6. คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 10 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 6 ที่ว่า เยาวชนคดียาเสพติดที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกันถึงแม้เวลาจะผ่านไป 2 สัปดาห์ แสดงว่าหลังจากที่เยาวชนได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัลท์ เกิดการเรียนรู้และปรับการรับรู้ต่อตนเองใหม่ แล้วมีการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม โดยทำให้เยาวชนมีสติรับรู้เพิ่มขึ้น รู้เท่าทันอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง สามารถแสดงออกได้อย่างสร้างสรรค์ รู้จักจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ มีวิธีการผ่อนคลายอารมณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถตระหนักรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ ส่งผลให้เยาวชนในกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นและมีความคงทน มีผลต่อเนื่องแม้เวลาจะผ่านไปก็ตาม ดังผลคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลที่ไม่แตกต่างกัน

ผลการวิจัยสรุปได้ว่า กลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์สามารถส่งผลต่อการพัฒนาระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดได้ โดยเยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง และผลยังคงต่อเนื่องคงทนแม้จะทิ้งช่วงระยะเวลา 2 สัปดาห์ในระยะติดตามผล คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนยังคงไม่เปลี่ยนแปลงไปจากระยะหลังการทดลอง ส่วนเยาวชนคดียาเสพติดในกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน และจากการที่เยาวชนคดียาเสพติดมีการพัฒนาระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นมีผลให้เยาวชนกลุ่มนี้เป็นผู้ที่รู้จักและเข้าใจอารมณ์ตนเอง สามารถควบคุมและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสม เข้าใจคนอื่น เข้าใจสภาพแวดล้อม เข้าใจโลก มีจุดมุ่งหมายในชีวิตที่ชัดเจน เมื่อมีความขัดแย้งหรือมีความคับข้องใจเกิดขึ้นก็สามารถแก้ไขความขัดแย้งทั้งของตนเองและบุคคลอื่นได้อย่างมีสติและเหมาะสม เป็นผู้ที่แสวงหาความสุขและค้นพบความสุขได้ไม่ยาก เด็บโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี เก่ง และมีความสุขในสังคมต่อไป

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะด้านการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผู้ที่จะนำวิธีการของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ไปใช้เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดหรือกลุ่มบุคคลอื่น ๆ ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ เทคนิคและวิธีการของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์ ตลอดจนมีประสบการณ์และทักษะในการใช้เทคนิคต่างๆ ของจิตบำบัดแบบเกสตัต์มาก่อน
2. จากผลการวิจัยที่พบว่า โปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์สามารถช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนคดียาเสพติดให้สูงขึ้นได้ ดังนั้น นักจิตวิทยา ผู้ให้คำปรึกษาและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเยาวชนกลุ่มนี้ ควรได้มีโอกาสได้รับการฝึกการทำกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
3. ควรมีการช่วยเหลือเยาวชนคดียาเสพติดในรายที่มีปัญหาซับซ้อนอย่างต่อเนื่อง ด้วยวิธีการทำจิตบำบัดแบบเกสตัต์รายบุคคลหรือวิธีการให้คำปรึกษารายบุคคลทฤษฎีอื่น ๆ ที่เหมาะสมกับลักษณะปัญหา เพื่อช่วยให้เยาวชนเข้าใจและยอมรับตนเอง ค้นพบศักยภาพภายในตนเอง มีแรงจูงใจและเป้าหมายในชีวิต พร้อมทั้งจะดำเนินชีวิตไปในทางที่ดี ไม่กลับไปกระทำผิดซ้ำอีก

ข้อเสนอแนะด้านการวิจัย

1. ควรติดตามผลการศึกษาภายหลังการทดลองเป็นทุก ๆ 1 เดือน, 3 เดือนหรือ 6 เดือน เพื่อประเมินประสิทธิภาพของวิธีการทดลองว่ามีความคงทนอยู่ได้นานเพียงใด และศึกษาว่าความฉลาดทางอารมณ์มีการเปลี่ยนแปลงมากน้อยเพียงใด
2. ควรมีการศึกษาผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในกลุ่มบุคคลอื่น ๆ เช่น นักเรียน นักศึกษา หรือบุคคลที่ต้องทำงานเกี่ยวข้องกับคน เช่น แพทย์ พยาบาล ผู้บริหาร ครูอาจารย์ ตำรวจ พนักงานต้อนรับ เป็นต้น
3. ควรมีการศึกษาวิธีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละองค์ประกอบ ในกลุ่มเยาวชนคดีอาชญากรรมหรือกลุ่มประชากรอื่น ๆ โดยวิเคราะห์แยกแต่ละองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ แล้วศึกษาวิธีการพัฒนาในองค์ประกอบที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ
4. ควรศึกษาเปรียบเทียบผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบเกสตัต์กับการใช้กิจกรรมกลุ่ม หรือ โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ว่า วิธีการใดมีผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้เหมาะสมหรือมีผลแตกต่างกันอย่างไร